20.009 20.009 Kaša z ovsených vločiek .doc
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
mlieko	20,00	20,00	25,00	25,00	25,00	25,00	28,00	28,00
soľ	0,03	0,03	0,04	0,04	0,05	0,05	0,05	0,05
ovsené vločky	2,00	2,00	2,50	2,50	2,50	2,50	3,00	3,00
cukor práškový	1,20	1,20	1,50	1,50	1,50	1,50	1,80	1,80
kakaový prášok	0,15	0,15	0,25	0,25	0,25	0,25	0,30	0,30
maslo	0,80	0,80	1,00	1,00	1,00	1,00	1,50	1,50
hmotnosť porcie v g	200		240		240		270	

Receptúra

Výrobný postup

Ovsené vločky namočíme do časti studeného mlieka. Zvyšné mlieko zohrejeme na bod varu a pridáme namočené ovsené vločky, soľ, časť cukru a za stáleho miešania uvaríme hustú kašu. Každú porciu posypeme kakaovým práškom, ktorý rozmiešame so zvyšnou časťou cukru. Pri podávaní polejeme roztopeným maslom.
Pre skupinu A podávame na desiatu alebo olovrant.
Pre skupinu B,C,D ako prídavok za obedom.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	1255	301	9,70	11,2	0,0	38,9	1,7	258,2	1,8	0,071	0,2	0,4	1,6	0,0
B	1590	382	12,26	14,1	0,0	49,6	2,2	323,2	2,3	0,088	0,2	0,5	2,0	0,0
C	1590	382	12,26	14,1	0,0	49,6	2,2	323,4	2,3	0,088	0,2	0,5	2,0	0,0
D	1939	465	13,91	19,0	0,0	57,7	2,5	363,6	2,6	0,118	0,2	0,5	2,2	0,0